Eduardo Fernández-Agüera
en el
22º Marathon des Sables
marzo/abril 2007

Dossier de prensa

El Correo de Andalucía

12 de marzo de 2007

DETALLES

ORIGEN DEL EVENTO

Un galo imitó la gesta bíblica de Moisés

El evento se remonta a mediados de los ochenta, cuando el galo Patrick Bauer, un ex promotor de conciertos, decidió correr a pie más de 300 kilómetros del desierto del Sáhara imitando la gesta de Moisés citada en la Biblia. La experiencia le marcó y desde entonces organiza esta prueba anual.

UNA PRUEBA MULTINACIONAL

800 participantes de 80 países, los osados

Para la 22ª edición del *Marathon des Sables* se han inscrito alrededor de 800 participantes procedentes de 80 países, que compiten a título individual o bien como equipos (hay medio centenar). España aporta 32 osados, aunque los reyes del desierto son los hermanos marroquíes Mohammed y Lahcen Ahansal.

JOSÉ MANUEL CASTILLO

PREPARADO. *Eduardo Fernández-Agüera posa con su equipaje en los pinares de La Puebla del Río, donde ha preparado la prueba.*

El reto de un sevillano en la carrera a pie más tremenda que se conoce

Eduardo Fernández-Agüera tratará de acabar el terrible 'Marathon des Sables'

HORACIO RAYA ■ SEVILLA

Eduardo Fernández-Agüera no es ningún masoquista ni mucho menos un lunático, sólo que se ha propuesto conquistar un reto al alcance de muy pocos. Este sevillano de Coria del Río debuta a finales de mes en la carrera a pie más tremenda que se conoce: el 'Marathon des Sables', 230 kilómetros en el desierto del Sáhara.

Esta competición de ultrafondo, con más de dos décadas de vida, consiste en realizar corriendo y/o andando tan bestial distancia, aunque obviamente en etapas. El itinerario de esta edición (del 22 de marzo al 2 de abril) está programado para seis etapas en siete días, ya que una de ellas consta de 80 kilómetros y los atletas dispondrán de hasta 32 horas para completarla. El escenario, nada ménos que el desierto del Sáhara, la provincia de Errachidia, que junto a las de Ouarzazate y Zagora conforma la reserva de la biosfera en el oasis sur de Marruecos.

Más allá de la extrema longitud, lo que le confiere a este Maratón de las Arenas la condición de desafío es que los participantes se enfrentan a un entorno hostil y radical, luchando contra el calor (temperaturas de hasta 50ºC de día y bajo cero de noche), el desierto (en forma de dunas, tormentas de arena, hamadas de basalto volcánico...), los peligrosos animales de la región (serpientes, escorpiones y fieras diversas) y sobre todo la mente, letal enemigo cuando el cansancio y la deshidratación hacen mella en el cuerpo.

Por si estas incomodidades fueran pocas, esta aventura incluye un elemento demoledor más, la autosuficiencia alimenticia, pues la entidad organizadora (AOI: Atlantide Organisation Internationale) tan sólo surte a los corredores de agua y el avituallamiento para toda la prueba debe ser portado sobre las espaldas, añadiendo un peso de entre 6 y 13 kilos a la proeza.

MUY BURRO. De todo ello es plenamente consciente este sevillano, que se embarcó en esta aventura "porque llegó un momento en el que tenía ganas de probarme a mí mismo en circunstancias extremas en lo físico y en lo mental. Como soy muy burro, decidí intentar lo más difícil". A través de un catálogo conoció la existencia del Maratón de las Arenas y enseguida supo que era su misión: "Entré en páginas web y me fui informando. A través de un club catalán contacté con Quique Borrás, un chaval que había participado y había escrito un diario, que me ha asesorado", explica.

> 230 kilómetros en siete días, tormentas de arena y temperaturas de 50º C en el Sáhara marroquí

Eso sucedió en junio de 2006 y desde entonces Eduardo sólo vive para su reto personal. Lleva nueve meses entrenando a tope, siguiendo un estricto plan con sesiones diarias sobre dos recorridos de 22 y 35 kilómetros en el Preparque de Doñana, en el entorno de los pinares de La Puebla y Aznalcázar.

Con la sola ayuda de Óscar Casero, su primo y preparador físico, y del nutricionista Javier Alonso (Centro Andaluz de Medicina del Deporte), más el firme apoyo de su familia, este coriano ya está listo para intentar superar el desafío personal de acabar la prueba, ya que "hacer el puesto 400 o el 600 es irrelevante", dice con razón, pues sólo los elegidos pelearán además por los 5.000 euros destinados al ganador.

PRESUPUESTO. Y es que el dinero es el último de los alicientes en una competición tan ardua. No en vano Eduardo calcula que su concurso le saldrá por más de 4.000 euros (la inscripción ya ronda los 3.000), si bien los podrá costear gracias a los apoyos económicos recibidos. Por ello se siente agradecido a las firmas comerciales X-Freestyle, KTP Peluquerías, Formulaciones, Zen-Taurus Motorcycles y Running Way, así como al Ayuntamiento de Coria del Río y a la Junta de Andalucía. Todas ellas se pasearán por el Sáhara.

Un periodista de viajes a la caza de aventuras

■ **Eduardo Fernández Agüera** (Coria del Río, 35 años) es licenciado en Periodismo por la Universidad de Sevilla. Cuando acabó la carrera, montó una empresa de comunicación que mantuvo cuatro años hasta que la cerró por la poca seriedad en los pagos de muchos de sus clientes. Harto, decidió regresar a la que era su verdadera vocación, lo que le había empujado a realizar sus estudios: el periodismo de viajes. En la actualidad escribe para revistas especializadas como GEO, Viajes National Geographic o Vivir en el campo, y de manera esporádica hace trabajos de diseño gráfico y de publicidad para algunos de sus antiguos clientes. Deportista de siempre –en su juventud practicó taekwondo y motociclismo–, fue hace unos tres años cuando empezó a machacarse y a acumular kilómetros y más kilómetros en busca del reto que ahora afronta.

COMIDA LIOFILIZADA

La organización sólo proporciona agua (1 litro cada 10 kms.), por lo que el atleta debe portar la comida para los siete días, que es liofilizada, esto es, en polvos que se convierten al fuego en paella, muesli, pastel de ternera o compota. Ello se complementa durante la competición con bebidas, geles y barritas energéticas que aportan hidratos de carbono y proteínas para no desfallecer en medio del desierto.

CON EL KIT A CUESTAS

Además de la comida, la ropa de competición y de abrigo, el saco de dormir y los utensilios de cocina, cada participante debe llevar en su mochila un kit de supervivencia con un espejo de señalización, una linterna, un buff, una manta térmica, un cuchillo, una brújula, una bomba aspiraveneno, polainas para evitar que la arena entre bajo la ropa o bengalas y bastoncillos luminosos, por si se desorienta.

Estadio Deportivo

20 de marzo de 2007

ESGRIMA

Menéndez hace historia en Portugal

Javier Menéndez, floretista madrileño de 25 años, pasó a la historia de la esgrima española al convertirse en el primer tirador en ganar una Copa del Mundo absoluta individual, en la cita que tuvo lugar el pasado domingo en Portugal.

Gemma Mengual (izquierda) posa con su medalla.

NATACIÓN

Mengual logra la primera medalla

Gemma Mengual fue la protagonista de la jornada en los Mundiales de natación al conseguir la plata en Solo técnico, siendo esta la primera medalla de la delegación española en Melbourne. Mengual podría sumar hoy en Dúo técnico.

MOTOCICLISMO

Elías: "Jerez es muy especial para mí"

El piloto español Toni Elías declaró que el Gran Premio de España, que se disputa en Jerez el próximo fin de semana, es "muy especial". "Es una de las pruebas más espectaculares. Tengo unas ganas locas de que empiece ya", aseguró.

Toni Elías.

DEPORTE EXTREMO UN RETO FORMIDABLE, QUE PONE AL LÍMITE LA RESISTENCIA HUMANA

Sacrificio y aventura

El sevillano **Eduardo Fernández-Agüera** afronta, con la ilusión de un **debutante**, su **primera participación** en la prueba atlética **más exigente** de cuantas existen

PRUDENTE

"Mi objetivo es terminar la carrera; otra meta es impensable

El sevillano Eduardo Fernández-Agüera, natural de Coria del Río, encara su primera participación en esta prueba con la intención de disfrutar de una experiencia que se presume fascinante.

Con todo tipo de inconvenientes

La aparición de insectos y reptiles suele ser habitual en este tipo de carreras que discurren en plena naturaleza.

CICLISMO

Alberto Contador, líder del Pro Tour

El español Alberto Contador, del Discovery Channel, es el primer líder de la clasificación Pro Tour tras su reciente victoria en la París-Niza. Otro ciclista hispano, Luis León Sánchez, aparece como tercero; David López, sexto.

TIRRENO-ADRIÁTICO

Andreas Kloden, virtual vencedor

El italiano Matteo Bono ganó ayer en solitario la sexta etapa de la Tirreno-Adriático, disputada entre San Benedetto del Tronto y San Giacomo, en la que el alemán Andreas Kloden se puso al frente de la general a falta de una sola jornada.

Etapa 6

1. Matteo Bono (ITA)	4h04:05
2. Enrico Gasparotto (ITA)	a 00:32
3. Giovanni Visconti (ITA)	a 00:41

General

1. Andreas Kloden (ALE)	24h25:48
2. Kim Kirchen (LUX)	a 00:03
3. Alexandre Vinokourov (KAZ)	a 00:12

Andreas Kloden.

PÁDEL

I Torneo Padre e Hijos Adriano Viajes

Concluyó el I Torneo de Padre e Hijos 'Adriano Viajes' disputado en las instalaciones del Club Pineda de Sevilla, donde los De la Oliva se llevaron el triunfo en la categoría Absoluta y los Porres lo hicieron en la Juvenil.

Benjamín

1. Juan Montero-Juan Montero
2. Rodrigo Molina-Rodrigo Molina

Infantil

1. Antonio Labaría-Antonio Labaría
2. Juan Pedro Gómez-Juan Pedro Gómez

Juvenil

1. Ignacio Porres-Jaime Porres
2. Yolanda Alba-Andrés Terán

Absoluto

1. Ignacio de la Oliva-Silvia de la Oliva
2. Pilar Barbadillo-Leticia Barón

JUAN MIGUEL J. RANDADO ED SEVILLA

Deporte, aventura y superación personal son los tres ingredientes fundamentales de un cóctel llamado Maratón de las Arenas ("Marathon des Sables"), una prueba que arranca motores el próximo viernes y que contará con la presencia del sevillano Eduardo Fernández-Agüera.

La carrera, posiblemente la más exigente de cuantas existen, discurre durante una semana por territorio africano (desierto del Sáhara) y comprende una distancia de unos 230 kilómetros, divididos en seis demoledoras etapas.

Un reto atractivo a los ojos de este coriano de 35 años, periodista de profesión, que encara su primera participación con la mayor de las ilusiones. "Es un desafío apasionante, tanto por el entorno en el que se desarrolla como por su extrema dureza. La verdad es que ya estoy deseando que llegue el momento de la partida", manifiesta.

La maquinaria del evento comienza a funcionar este mismo jueves, con los traslados y las pertinentes verificaciones administrativas previas a la competición, que echa a andar en la jornada del domingo y que, como se puede deducir, requiere de un importante respaldo económico. No en vano, tan sólo la inscripción ronda los 3.000 euros, mientras que el presupuesto global, incluidos viajes y otros gastos, asciende hasta los 4.300 euros de media.

En este sentido, Fernández-Agüera cuenta con el apoyo de numerosos patrocinadores, entre los que se encuentran la Junta de Andalucía, la delegación de deportes del Ayuntamiento de Coria del Río o la tienda Running Way, que colaboran en la financiación de tan magna empresa.

Temperaturas extremas durante el día (por encima de los 40 grados), tormentas de arena o las posibles picaduras de reptiles o insectos son sólo algunas de las principales dificultades a las que tendrá que hacer frente este osado andaluz para cumplir su objetivo de terminar la prueba. "Con finalizar, ya me conformaría. Hay que tener en cuenta que hay unos 700 participantes y que la exigencia es muy elevada, por lo que pensar en otra meta sería, sin lugar a dudas, un poco insensato", concluye.

EL DATO

Con corazón de explorador

Fernández-Agüera ejerce como periodista de viajes y suele colaborar en publicaciones de esta materia, como las revistas Geo o National Geographic, entre otras.

ORIGEN DE LA CARRERA PATRICK BAUER, SU IMPULSOR

Una historia basada en hechos reales

El origen de la prueba se remonta a 1984, cuando el francés Patrick Bauer decidió recorrer a pie más de 300 km del desierto del Sáhara, intentando emular, según dijo, la hazaña bíblica de Moisés. El explorador quedó tan fascinado por la experiencia, que, dos años después, decidió rememorarla con una carrera anual.

Las necesidades más elementales

La organización ofrece agua y asistencia médica durante todas las etapas que conforman la prueba.

UNA MOCHILA QUE DA PARA MUCHO

- Alimentos
- Saco de dormir
- Ropa para dormir
- Manta térmica
- Linterna de cabeza
- Navaja
- Bomba aspira veneno
- Brújula
- 'Buff' (pañuelo)
- Bengalas
- Espejo de señalización
- Malla térmica
- Camiseta térmica
- Cortavientos
- Betadine y Tiritas
- Minicocina portátil

El equipaje de los aventureros incluye todo lo necesario. Entre lo que, por supuesto, se encuentran los alimentos (gel comestible, barritas energéticas y comida envasada al vacío, que adquiere forma al contacto con el agua caliente).

DISEÑO Y MAQUETACIÓN: MANUEL SOLÍS

Diario de Sevilla

22 de marzo de 2007

POLIDEPORTIVO | XXII MARATHON DES SABLES

Caña de lomo en el Sahara

Eduardo Fernández-Agüera, un coriano loco por la aventura, parte hoy hacia Marruecos para recorrer 230 kilómetros en seis durísimas etapas

Eduardo Fernández-Agüera posa en el parque del Alamillo con su kit de supervivencia poco antes de partir hacia su aventura. JUAN CARLOS VÁZQUEZ

EDUARDO FLORIDO

■ SEVILLA. De los pinares de La Puebla del Río, en la antesala de Doñana, al desierto del Sahara, al sur de Marruecos. Eduardo Fernández-Agüera durmió ayer en la localidad sevillana de Coria del Río y hoy lo hará en la marroquí de Ouarzazate, en las mismas puertas del mayor desierto del mundo. Es uno de los 25 españoles que vivirán una gran aventura junto con otros 800 participantes de todo el orbe, con primacía de británicos y franceses: recorrer en seis días 230 kilómetros de desierto en etapas de hasta 80 kilómetros, a pie y con un kit de supervivencia a cuestas. Caña de lomo para el cuerpo de estos temerarios aventureros.

Uno de los últimos preparativos de este coriano de 35 años fue precisamente hacerse ayer con un toque gastronómico de la tierra: lo mejor del cerdo ibérico de bellota y queso. Un capricho que enriquecerá la estudiada dieta de comida liofilizada, geles, barritas energéticas y bebidas hipotónicas. "Será lo mejor al terminar cada día, un poquito de jamón y de caña", dice entre risas imaginándose destrozado en una de las jaimas que la organización dispone para los participantes en el Marathon des Sables (Maratón de las Arenas), una carrera que cumple su vigesimosegunda edición gracias a la Atlantide Organisation Internationale.

La idea fue de un francés loco, Patrick Bauer. Cuando Eduardo la conoció le dio rienda suelta a su espíritu aventurero y comenzó a realizar contactos. Un amigo con el que sale a hacer bicicleta, Javier González, lo animó prometiéndole el primer patrocinio y enseguida se puso en manos de su primo Óscar Casero, licenciado en Educación Física. Desde junio de 2006 se está machacando y en Navidad estuvo cuatro días conociendo las inclemencias del desierto. Hace tres semanas culminó su preparación corriendo y andando hasta El Rocío desde La Puebla del Río: 65 kilómetros en ocho horas. "Terminé hecho polvo", recuerda.

"Voy a soportar temperaturas de 50º C, con medias diurnas de 30º y nocturnas de 5º. En esta época no hace mucho frío de noche", dice con total naturalidad. No será el único inconveniente. "Para las serpientes y los alacranes llevo una bomba antiveneno en la mochila, que pesa 9,5 kilos entre comida, agua, la minicocina, ropa especializada...", dice antes de analizar la dieta, que está medida al gramo. "Contacté con el Centro Andaluz de Medicina Deportiva y el nutricionista Javier Alonso me dijo que para él también era un reto personal planificar mi alimentación. Me ha ayudado muchísimo. Al principio me dijo directamente que era imposible, luego se fue convenciendo, haciéndose a la idea".

ENEMIGOS

Las dunas, el 'hamada' o desierto de piedras, temperaturas de 50º y alacranes y serpientes, escollos a superar

El hidrato de carbono es el combustible principal y lo tiene que llevar él, se trata de autosuficiencia alimenticia. La organización sólo ofrece en los puestos de control de cada una de las seis etapas agua y asistencia médica, además de un *road book*. "En las dunas no sirve el libro de ruta, porque no hay referencia alguna, sólo arena, de la que te proteges con polainas especiales. Ahí te tienes que orientar con la brújula –asegura–. Pero lo que más temo es el *hamada*, el desierto de piedra basáltica, un piso durísimo salteado de piedras que te destrozan la planta del pie".

Mañana ya estará en el desierto. Tendrá dos días de aclimatación antes de comenzar el domingo a las seis de la mañana la gran aventura. "En vez de irme al parque con los niños, comenzaré a sufrir. Las dos primeras etapas me reservaré y, más que correr, andaré. Me obsesiona la etapa que hay de 80 kilómetros". De momento, lo tiene claro: "Mi reto es terminar. A ver si puedo. El año que viene a lo mejor arriesgo y le doy caña". A sí mismo y en pleno Sahara, casi nada.

APUNTES

HIDRATACIÓN Agua caliente bajo el sol de justicia

El kit de supervivencia incluye dos bidones de agua de medio litro que lleva en los hombros y que va reponiendo en los puestos de control. El inconveniente, beber agua caliente bajo un sol de justicia. "El agua calentita, como cuando la dejas en el coche en verano", bromea Fernández-Agüera, que afirma que puede producir incluso náuseas.

DIETA De conejo con zanahorias a arroz con leche

La dieta es muy variada. La comida liofilizada –deshidratada por congelación– va desde el conejo con zanahorias o la pasta a la boloñesa hasta el arroz con leche o la compota de manzana. "Se calienta en la minicocina y recupera su cuerpo original. He probado la pasta y está buenísima". Por su cuenta, y tras consultar al nutricionista, lleva frutos secos, jamón y caña de lomo. Mucho mejor que los batidos, las barritas energéticas y los geles con sales e hidratos de carbono.

ORGULLOSA Su mujer, "digna de ser beatificada"

Eduardo Fernández-Agüera destaca, entre todos los apoyos, el de su mujer. "Es digna de ser beatificada. He estado entrenando seis horas diarias y ella ha tenido que tirar sola con los niños, uno de cinco años y otra de seis meses. Dice que se va a volver loca y sabe que es una carrera de riesgo y que no me verá en nueve días, pero está orgullosa".

APOYO Siete patrocinadores para el presupuesto

Sólo la inscripción para la carrera cuesta 3.000 euros, en total, 4.500, por lo que es fundamental el patrocinio de siete instituciones: X-Freestyle Internacional de Huelva, KTP, Formulaciones, Zentaurus, Running Way, Junta de Andalucía y Ayuntamiento de Coria.

PERFIL

Tozudo amante del deporte

Eduardo Fdez.-Agüera

Nacido en Coria del Río (Sevilla, 14-9-71), su vida siempre ha estado vinculada al deporte, desde el taekwondo hasta el atletismo, la bicicleta, el senderismo o las motos. A los 15 años fue campeón provincial de Sevilla de marcha. Licenciado en Periodismo, nunca ha dejado de practicar la aventura y, después de montar una empresa de comunicación, decidió dedicarse al periodismo de viajes, realizando reportajes para prestigiosas revistas especializadas.

Diario Qué

22 de marzo de 2007

¿BOXEADOR?

Taborda, delantero del Deportivo, ha sido denunciado por agredir a un periodista tras el entrenamiento.

DESAFÍO AL MADRID

"¿Alves al Madrid? A ver cuántos jugadores suyos me interesan a mí"

J. Mª DEL NIDO Presidente del Sevilla

PLANTE A LOS MEDIOS

Los jugadores del Barça se negaron a atender a la prensa tras el entrenamiento como respuesta al plante que protagonizaron los periodistas hace unos días.

EDUARDO FERNÁNDEZ-AGÜERA CORRERÁ EL 'MARATÓN DE LAS ARENAS'

Para correr por el Sáhara lo primero es entrenar... la mente

Lleva entrenando desde junio de 2006 por los pinares de la Puebla del Río para afrontar por primera vez la hazaña de correr durante una semana por el desierto

PILAR MACÍAS
pilar.macias@quediario.com

Éduardo Fernández-Agüera lleva nueve meses entrenando con un solo objetivo: correr el 'Maratón de las Arenas' por el desierto del Sáhara. Periodista de profesión y corredor por afición, es la primera vez que afronta un reto de este tamaño. "Ha supuesto muchos sacrificios personales, pero estoy muy contento y agradecido porque mi familia siempre me ha apoyado". Desde junio de 2006 entrena ocho horas al día y corre por los pinares cercanos a la Puebla del Río. "Cuando corres durante tantas horas, llega un momento en el que estás agotado, el cuerpo no te responde y es la mente la que tira de ti, por eso entrenarla es lo más importante", apunta Eduardo.

Eduardo Fernández-Agüera ha entrenado hasta el último día por los alrededores de la Puebla del Río.

"NECESITABA PROBARME A MI MISMO QUE PODÍA HACERLO"

Más de 200 kilómetros por el desierto

Mañana es el gran día. Comienza la XXII edición del 'Maratón de las Arenas' que durará hasta el 2 de abril y en el que tendrán que recorrer 220 kilómetros. "Hasta que no lleguemos allí no nos dicen cómo son las etapas", explica Eduardo.

Le ha costado 4.500 euros

Le han patrocinado Ktp, la Junta, el Ayuntamiento de Coria, Zen-Taurus, XFreestyle, Formulaciones, Running Way y su hermano Pua.

Correrá con 9 kilos a sus espaldas

La única compañera de viaje de Eduardo será su mochila. Pesa 9 kilos y lleva lo imprescindible para su estancia de una semana.

Su casa dentro de una mochila

La mochila será como "mi propia casa", apunta el corredor sevillano. "Llevo un saco de dormir, una malla térmica para abrigarme por la noche, una brújula, la comida y el kit de supervivencia", explica Fernández-Agüera.

A prueba de escorpiones e insectos

Eduardo porta en su escueto equipaje una linterna y una bomba aspira veneno.

El estofado y la pasta los lleva en un sobre

La comida escasea en el desierto. El menú se sustenta a base de comida deshidratada y envasada al vacío. "Luego calientas agua en un hornillo, echas los polvitos y sale un estofado", explica. Chocolate, muesli y café componen el resto de la dieta de Eduardo esta semana.

El equipo español posa con la medalla de bronce en rutina técnica.

ASPIRAN A CONSEGUIR OTRAS TRES

Las chicas de la sincronizada se cuelgan otra medalla

Otra medalla para el equipo de sincronizada en el Mundial. En esta ocasión fue en el ejercicio técnico, en el que las chicas de Anna Tarrés consiguieron colgarse la medalla de bronce, tras Rusia y Japón. Además, España aspira a otras tres medallas en los ejercicios libres de sólo, dúo y equipos.

> "Esta medalla es el premio al esfuerzo, a la constancia, al trabajo duro y a arriesgar"
>
> ANNA TARRÉS
> Seleccionadora

SE LE IMPUTA UN DELITO Y NO UNA FALTA

El presunto autor del botellazo a Juande podría ir a la cárcel

El juzgado de instrucción 12 de Sevilla ha abierto diligencias previas por el botellazo que recibió el entrenador del Sevilla, Juande Ramos, y lo ha hecho por un presunto delito, con una pena de entre seis meses y tres años de cárcel, y no por una falta. La Policía detuvo a Ángel Ch.R., de 30 años y portero del Castilleja CF, que en su declaración policial negó ser el autor del botellazo.

El imputado Á. Ch. R.

SU ABOGADO LE QUITA IMPORTANCIA

Teófilo López, abogado de A.Ch.R, restó ayer importancia a las diligencias previas por el presunto delito de lesiones. Aunque el fiscal hace una imputación de delito contra su defendido "a la hora de juzgarse, se puede quedar en falta o en nada".

DepilHome
Centro unisex de depilación, fotorrejuvenecimiento facial y lesiones pigmentadas
www.depilhome.es
depilhome@msn.com
CONFÍA EN QUIEN TE INFORMA. INFÓRMATE EN CONFIANZA.
Glorieta del Agua nº 4 - 1º planta - Local 7
(Edificio del M.A.S. - frente a Aljaralesa)
41940 TOMARES (SEVILLA)
Tlfno.: 954159242

PRECIOS CLAROS, COMO A TI TE GUSTA.
DEPILACIÓN

ZONA	1ª SESIÓN	SESIÓN ADICIONAL
CARA COMPLETA	110 €	85 €
ENTRECEJO	22 €	17 €
MENTÓN	40 €	30 €
PATILLAS	40 €	25 €
LABIO SUPERIOR	25 €	20 €
ESTERNÓN	50 €	40 €
TORAX+ABDOMEN	300 €	200 €
BRAZOS	200 €	150 €
ESPALDA+LUMBAR	300 €	240 €
AXILAS	60 €	45 €
INGLES NORMALES	60 €	45 €
INGLES BRASILEÑAS	70 €	55 €
MUSLOS	165 €	110 €
MEDIAS PIERNAS	110 €	85 €
PIERNAS COMPLETAS	220 €	165 €

FOTORREJUVENECIMIENTO

ZONA	PRECIO
CARA COMPLETA	150 €
ESCOTE	150 €
MANOS	150 €
ESPALDA	300 €

Vale regalo
10 € *
presentando este cupón
Oferta válida hasta el 31/03/2007. A aplicar en la primera sesión de cualquier tratamiento. Sólo un vale por tratamiento. Aplicable a un solo tratamiento por cliente. No acumulable a otras ofertas.
Ningún tratamiento verá incrementado su precio una vez iniciado. Para otros tratamientos o zonas, consúltenos.

El Mundo

25 de marzo de 2007

DEPORTE EXTREMO

Disfrutar en el infierno

800 ATLETAS COMPITEN EN EL MARATÓN DES SABLES, LA PRUEBA MÁS DURA DEL MUNDO ● CORREN 240 KILÓMETROS EN EL DESIERTO DEL SÁHARA

ANTONIO FÉLIX

SEVILLA.– Nada temió más el recientemente fallecido Ryszard Kapucinski que al desierto. «Te abrasa por el día, te congela por la noche. Si, a causa de una tormenta, cambian las referencias y pierdes la orientación, sencillamente estás muerto. No te puedes enfrentar solo a este demonios, decía el gran periodista polaco.

Desde el viernes, 800 atletas iniciaron el gran duelo anual con el desierto del Sáhara. Correrán algo así como seis maratones en siete días, 240 kilómetros (84 kms. la jornada más larga), cargando con su comida, su agua y sus medicinas. Es el ultramaratón des Sables (de las arenas, en la traducción española), que llega a su 22 edición. Para muchos, la prueba más dura sobre la tierra.

Entre los participantes, habrá una cincuentena de españoles. La mayoría veteranos, alguno novato en esta locura, como el sevillano Eduardo Fernández. Gente, toda, obstinada en conocer las fronteras de la resistencia humana, los límites del cuerpo y la mente cuando se les somete a un esfuerzo impensable. Y la generosidad humana cuando se ve al prójimo desfallecer.

Salida de los participantes en la pasada edición del maratón de Sables. / EM

Porque, tras el masoquismo de la propuesta, queda la cercanía del amigo, la esperanza del hombre en el hombre, sea de cualquiera de las 40 nacionalidades que compiten en esta prueba de ultrarresistencia en el sur de Marruecos. Una verdadera alianza de civilizaciones en el infierno.

«Esto es lo que me lleva a participar. Yo soy un completo entusiasta, un gran aficionado al deporte, y quiero probarme al límite. Qué mejor que la carrera más dura que existe. Luego, más allá de la competición, queda la solidaridad que me cuentan hay entre los participantes en una prueba tan peligrosa, extrema», cuenta Eduardo Fernández, coriano, 35 años, dos hijos, la última de apenas seis meses.

«Claro que me dicen que estoy loco, pero mi mujer me apoya por completo y me permite que cumpla con este sueño. Sabemos los riesgos que se corren, pero intentaré cuidarme». El año pasado, comenzaron la prueba 761 participantes. Llegaron a meta 595.

El maratón des Sables es una carrera a pie en siete etapas (una de descanso), una prueba de ultrarresistencia en autosuficiencia alimenticia. Esto significa que, en cada uno de los seis maratones que afrontan los atletas, deben cargar con una mochila de alrededor de 10 kilos de peso con sus víveres.

La organización de la prueba también subraya que hay «libertad de ritmo». En realidad, esto significa que se puede ir andando. De hecho, prácticamente la totalidad de los participantes marchan al paso, con mayor o menos cadencia. Cualquier frivolidad entre las dunas, arena y piedras del desierto, bajo temperaturas de 30 grados, supone un suicidio.

«El primer día cometí la imprudencia de correr en ¡los últimos 20 metros de la prueba! Gran error. No volvería a repetirlo. Apenas pude arrastrarme hasta la tienda, con calambres en las piernas. Mi cuerpo no aceptaba el agua. Poco a poco, con el paso de las horas, pude beber. Es increíble la recuperación del organismo cuando recibe las primeras gotas», narra Kike Borrás, uno de los veteranos españoles en la prueba, que acumula anécdotas para escribir un libro. Muchas las comparte a través de Internet, de donde absorven sus consejos los novatos como Eudardo.

Eduardo Fernández, el pasado martes. / IÑIGO HIDALGO

«Lo peor es la deshidratación que, como un enemigo silencioso, te va machacando. Sólo lo notas cuando ya es demasiado tarde», avisa Borrás, que ha visto pasar la muerte de cerca. Se trataba de su compañero, desfallecido durante una jornada.

«Cogimos el agua, pero antes de beber nos sentamos en unas rocas cercanas. Había una tienda que era la única sombra posible, pero estaba reservada para los que necesitaban asistencia médica, así que nos tumbamos al sol».

«Al minuto –continúale pregunté a Arcadi cómo estaba. El silencio fue la respuesta. Me levanté hacia él y vi que no se movía, ni siquiera para espantar las moscas de su boca. Le golpeé la cara, lo zarandeé, sin respuesta. Llamé a gritos a los médicos del puesto de control, que lo introdujeron en la tienda. Había más corredores, como Arcadi, con falta evidente de líquidos, deshidratados y tirados en la sombra. Los médicos se veían desbordados».

Arcadi se recuperó, pero tuvo que abandonar. Hasta ahora, la fortuna ha sonreído a la prueba. No hay noticias de víctimas mortales, un tema casi tabú. Se ha estado, eso sí, muy cerca. En 1994, un agente de policía italiano, Mauro Prosperi, se salió de la ruta durante una tormenta de arena y estuvo perdido nueve días. Le encontraron al borde del colapso. Había perdido 18 kilos de peso.

La odisea del maratón des Sables comenzó en 1986. Entres los especialistas, es considerada como la prueba a pie más dura del mundo. En la clasificación *general* le supera el Gigathlon One Week, una bestial carrera que se celebra cada seis años en Suiza. En el caluroso julio, los competidores combinan cada día largas distancias con salvajes desniveles nadando, corriendo y en bicicleta. El Ultra Trail Montblanch o el Ironman que se disputa en Lanzarote son otras de las pruebas donde la resistencia humana se lleva al límite.

En ellas, lo importante es competir, dicen. El premio en el maratón des Sables es ridículo (5.000 euros para el primer clasificado) comparándolo con la cara inscripción (3.000 euros por participante). En el desierto, además, el título es cosa de dos, los hermanos marroquíes Lahcen y Mohammed Ahansal. El primero acumula nueve victorias en la batalla de la arenas.

«No se compite con ellos, sino con el propio cuerpo humano. Todo el que consigue llegar a la meta, gana. Espero comprobarlo, pero me cuentan que es inenarrable lo que se siente cuando sobrevives a esta prueba», comenta con la mirada muy brillante Eduardo Fernández.

Muchos lo intentan. En la web de Borrás, escribe Ismael: «Hemos sufrido (mucho), reído, llorado, compartido, apoyado... Hemos sido personas sin prejuicios. Gracias a todos, por haber conseguido que nos sintiéramos, al menos durante unos días, las personas más felices de la Tierra».

Serpientes o escorpiones

LOS ATLETAS RECIBEN UN KIT DE SUPERVIVENCIA EN EL QUE DEBEN DE APRENDER A MANEJAR UNA BOMBA ASPIRAVENENOS

«Pues nada, tenemos un kit de supervivencia compuesto por una linterna, una brújula, espejos de señalización por si te pierdes, una bomba aspiraveneno...» ¿Perdón? A Eduardo Fernández parece incluso extrañarle que se le pregunte por semejante herramienta. «Se trata de una jeringuilla con distintas boquillas, que hay que emplear según recibas la picadura de una serpiente, un escorpión, etc. Lo más rápidamente posible, la colocas sobre la picadura y la clavas para que el antídoto haga efecto».

Pues vale. Dicen que es menos grave de lo que suena, pero es otro de los riesgos a los que se enfrentan los participantes en esta silvestre prueba.

El kit forma parte del material obligatorio que ha de desplazar cada día el atleta. La mochila puede tener un peso máximo de 15 kilos. En ella va la comida necesaria para no desfallecer, productos energéticos, pastillas de sal, cápsulas, barritas... Prima la liviandad sobre el gusto. «Luego, a la vuelta, ya hay tiempo de tirarse al jamón».

El agua, que se reparte en varios puntos de la carrera, corre por parte de la organización, igual que el transporte, la asistencia médica y el seguro de repatriación que hay que rellenar antes de salir. Es una de las imposiciones obligatorias, además de un certificado médico que diga que se es apto para el ejercicio; aunque cómo saber si se es apto para este ejercicio.

El precio de inscripción ronda los 3.000 euros, cantidad que algunos atletas tratan de cubrir con contratos de patrocinio. Eduardo se lo ha currado para contar con unos cuantos de lo más variado: la Junta de Andalucía, Running Way (tienda especializada en atletismo), Xfrestyle Internacional de Huelva (saltos con motos), KTP (cadena de peluquerías), Formulaciones (empresa de Alcalá de Guadaira dedicada a productos químicos), Zen-Taurus (nueva marca de motocicletas importadas de China) y el Ayuntamiento de Coria del Río.

El atleta sevillano intentará sacarle todo el partido a la cita. Incluso profesional. El es periodista especializado en viajes. «Ahora que se va acercando, es complicado controlar la ansiedad. Vamos a intentar disfrutar. No sé si alcanzaré la meta, pero sí que, en cualquier caso, será una experiencia que me marcará para el futuro».

Estadio Deportivo

22 de abril de 2007

ATLETISMO / MARATHON DES SABLES EDUARDO FERNÁNDEZ SUPERÓ UNA PRUEBA BRUTAL

Rozando la sinrazón

ANTONIO J. MEDINA SEVILLA

"Ahora mismo no volvería a repetirlo, después, una vez que olvide todo lo que he pasado y transcurran unos meses, no sé... Ha sido tan dura. Prácticamente desde el primer día todo ha sido sufrimiento, dolores, un martirio continuado. Muchas veces veías cómo ibas solo, con todo en silencio, con tu respiración como única compañera, los pies destrozados, sufriendo y te preguntabas para que servía todo eso". Tal vez esa sea la sensación que viven algunos deportistas que practican deportes que requieren un gran esfuerzo, pero pocos, muy pocos, se atreven con una prueba tan dura como el coriano Eduar-

SEIS ETAPAS ROMPEPIERNAS, POR MEDIO DE ARENA, PIEDRAS Y DUNAS... POR EDUARDO FERNÁNDEZ

ETAPA 1

IRHS / KHERMOU (29,3 Km) Lo hice en 6.01.05 h. Comencé rápido y pronto me di cuenta de lo que me esperaba. A los 10 km ya tenía los pies destrozados. Fueron 30 Km de arena, en los que había que subir una gran duna a poco del final.

ETAPA 2

KHERMOU / JEBEL EL OFTAL (35 Km) Fue la más dura. La hice en 8.05.07 h. Comienzas con 15 km de piedras que te machacan y se sube dos montañas, la última, a poco de la meta, durísima.

ETAPA 3

JEBEL EL OFTAL / JEBEL ZIREG OUEST (32,3 Km) Es una llanura coronada, al final por una cresta. Atraviesas un valle, flanqueado a ambos lados por zonas altas, increíble. El tiempo: 5.52:00.

do Fernández-Aguera, nada menos que el Marathon des Sables, conocido en nuestro país como Maratón de las Arenas. Son seis etapas en siete días, en la provincia de Errachidia, al sur de Marruecos, atravesando las mayores dunas del Sahara, llanuras interminables de desierto, algunas muy pedregosas que le destrozan a cualquiera los pies, además de montes rocosos, que si bien su pendiente no es abismal, en esas condiciones, se convierten en un verdadero infierno. Y todo, con la comida y la ropa a cuestas. Sobreviviendo con tus propios medios.

Dos sevillanos sobresalían entre los 821 inscritos: Eduardo Fernández-Aguera y Manuel Gamero.

Un ejemplo de superación

"No es un trekking en el que estás disfrutando, no ves nada, sólo sufres y llevas a tu cuerpo a extremos increíbles. A veces piensas que es irracional, sin sentido", señala Fernández-Aguera, quien sólo se queda de toda la experiencia, en primer lugar, "con la motivación de superarse uno mismo" y, en segundo con "las sensaciones" vividas. "A veces me recordaba a esa película 'The Game'. Era tan alucinante que parecía irreal. Los paisajes desérticos, las planicies, las montañas, dunas, ríos secos... todo era increíble, de una belleza deslumbrante, aunque no pudieras disfrutarlo. Se lo recomendaría al que piensa que ya lo conoce todo".

Sin embargo, reconoce que tal vez no hubiera podido acabarlo si no hubiera sido con el ambiente de su jaima. Los compañeros que le tocaron en suerte y que le ayudaron a superar toda la "pesadilla". "Es que no sabes con lo que te vas a encontrar. Yo tenía un planteamiento de carrera y en diez kilómetros ya no valía. No había superado ni la mitad de la primera etapa y ya tenía ampollas en los pies, me dolía todo y creía que no iba a poder seguir. Sólo a partir del tercer día comencé a sentirme mejor. Fui de menos a más y acabé bien". Pese a esos problemas, la inexperiencia y al hecho de no ir a hacer tiempo, acabó el 384 e hizo el recorrido en 41 horas, 36 minutos y 7 segundos. Eso, bajo el sol, es una proeza...

Eduardo Fernández-Aguera, antes de la salida.

UNA PESADA CARGA

Diez kilos 'repletos' de sales y barritas energéticas

"No podía ir más ligera. Incluso me quedé corto, porque llevé poca ropa de abrigo y pasé frío por las noches", señalaba el atleta coriano sobre la mochila que siempre llevó a cuestas, quien la cargó de barritas energéticas y sales.

UNA BANDA DE 'COJOS'

"El campamento parecía lleno de Chiquitos de la Calzada"

"Me llamaba la atención que en el campamento todo el mundo andaba de puntillas, con pasitos cortos, parecían Chiquito de la Calzada. Nadie se libraba de las ampollas, pero al día siguiente, no sólo seguían sino que lo hacían corriendo", admitía.

ETAPA 4

JEBEL ZIREG OUEST / OUEST DU KFIROUN (70,5 Km) Hay dos días para hacerla y yo la terminé en 14.31:56 h. Es todo arena. El problema son las horas y que se hace parcialmente de noche. Al final lo pasé fatal, con los pies inflamados, sólo los calmentes me permitieron terminarla.

ETAPA 5

OUEST DU KFIROUN/ ERG CHEBBI - (42,2 Km) 'El maratón' (tiene su distancia). Al inicio es dura, todo cuesta arriba. Con los pies en carne viva, tuve de nuevo que tomar calmantes para poder continuar y, para colmo, cuando iba agachado, se me cargaron los cuádriceps y me costó terminar (5.51:34)

ETAPA 6

ERG CHEBBI / MERZOUGA (11,7 Km) Es, como en el Dakar, un paseo para los vencedores. En esta no se suelen ganar ni perder puestos, ya que las distancias son cortas y no hay obstáculos fuertes. Yo estaba más recuperado y la hice entre corriendo en un tiempo de 1.14.23 horas.

Runner's World

mayo de 2007

PASARELA RUNNER 2007 LO ÚLTIMO EN CAMISETAS Y MALLAS

RUNNER'S WORLD

WWW.RUNNERS.ES

Pierde peso ya!

...SIN DEJAR DE COMER LO QUE TE GUSTA

HÉROES DEL RUNNING

5 HISTORIAS DE PURA MOTIVACIÓN (PÁG. 120)

JUAN CARLOS DE LA OSSA

EL GRAN LÍDER DEL FONDO ESPAÑOL

ÉXITO EN TU PRÓXIMO MARATÓN

» 10 CASOS REALES QUE TE AYUDARÁN
» EVITA LOS ERRORES MÁS FRECUENTES
» ¿SON ÚTILES LOS TEST DE ESFUERZO?

GANA UN VIAJE AL **MARATÓN DE BERLÍN**

TE CONTAMOS CÓMO (PÁG. 19)

ESPECIAL

CARRERAS POPULARES

› MAPOMA › CURSA BOMBERS › MEDIO MARATÓN DE MADRID
› MASSAMAGRELL › VIG-BAY › LAREDO › AZKOITIA-AZPEITIA

MAYO 2007 • NÚM. 63 • 2,95 €

MARATHON DES SABLES

"ÉL DECÍA QUE NO"

La historia de 220 km de dunas y piedras

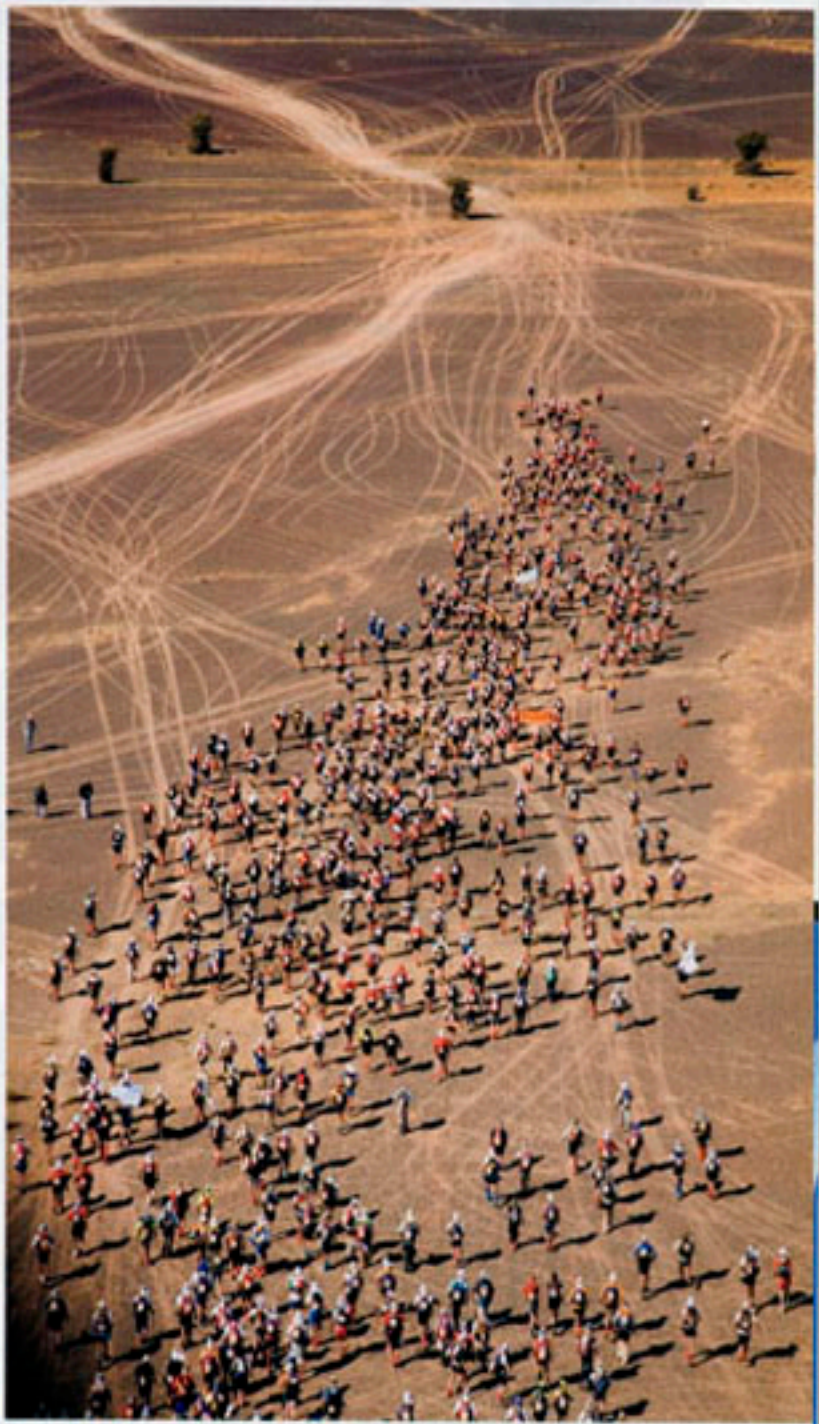
Por Eduardo Fernández-Agüera Fotos: Pierre-Emmanuel Rastoin, M. Megías y X. Gascó

ESTA FRASE QUE DA TÍTULO AL REPORTAJE ES DE UN CHISTE QUE UNO DE MIS COMPAÑEROS DE JAIMA, FIDEL, CONTÓ AL PRINCIPIO DE NUESTRA AVENTURA Y QUE, AL CABO, SE CONVIRTIÓ EN LA SIMPÁTICA COLETILLA DE MUCHOS COMENTARIOS, DESPERTANDO CARCAJADAS QUE, EN MOMENTOS DUROS, NOS LEVANTABAN EL ÁNIMO. PERO ES TAMBIÉN LA EXPRESIÓN DEL MAYOR DE LOS TEMORES QUE UNO TIENE ANTE ESTE TREMENDO DESAFÍO: NO ACABAR. REPRESENTA, EN FIN, LA ESENCIA DE ESA LUCHA CONTRA UNO MISMO, LA VERDADERA BATALLA QUE TODO OSADO LIBRA EN EL MARATHON DES SABLES.

En cierta ocasión, mientras marchaba por un mar de dunas flanqueadas por macizos rocosos, sobrecogido ante semejante belleza, recordaba la película "The Game". En ella, el protagonista es invitado a vivir una situación de apariencia completamente real, aunque no era más que un juego virtual. Y es que el Marathon des Sables es, por encima de todo, una experiencia absolutamente arrolladora. En la edición 2007, 220 km de dunas y piedras que te "fríen" los pies en "menos que canta un gallo". El escenario: el desierto del Sahara, al sur de Marruecos. En total, una semana de carrera y seis etapas en "régimen" de autosuficiencia, es decir, que tienes que cargar con todo lo necesario: comida, ropa, material de supervivencia... Las claves son la enorme distancia, el peso de la mochila (de 8 a 10 kg las más ligeritas) y el tremendo calor con el consiguiente riesgo de deshidratación. El éxito o fracaso dependen en gran medida de lo cuidadoso que se haya sido en la planificación, incluido, claro está, el entrenamiento. No es de extrañar, pues, que esta aventura empiece desde el momento en que decides correrla.

Fue la gran dificultad, asociada a los factores deportivo y aventurero, lo que me motivó a intentarlo, allá por junio del pasado año. Desde entonces y hasta la hora de la verdad, nueve meses después, trabajé sin descanso en los interminables preparativos. Lo primero, un concienzudo plan de entrenamiento diseñado por Óscar Casero, mi preparador físico. Tras meses trabajando una buena base de fondo, acabé haciendo salidas de 5, 6 y hasta 9 horas. Así que, tratando de interferir lo menos posible en la familia, me calzaba las zapatillas, llenaba la mochila con las Páginas Amarillas, las Blancas y algún que otro libro y salía al campo hasta el anochecer. Largas horas en solitario, positivas para el entrenamiento psicológico, pero lesivas en el plano físico. Aunque, por suerte, tuve el apoyo del magnífico equipo del Centro Andaluz de Medicina Deportiva, en especial Javier Alonso, médico nutricionista, quien, en nuestra primera cita, desconcertado tras oír en qué consistía la prueba, me hizo llamar a la organización para asegurarme de que realmente tenía que cargar desde el principio con la comida de los siete días; "él decía que no" y tardó su tiempo en asimilar lo contrario.

Esta prueba tiene una dificultad añadida ajena a lo deportivo: el presupuesto, que, entre inscripción (3.000 euros) y equipo, se dispara hasta los 4.500 euros. Los esfuerzos que dediqué a buscar financiación se vieron recompensados, gracias al apoyo institucional de la Junta de Andalucía y el



1.000 CORREDORES Y UN MISMO SUEÑO Salida de una de las etapas. Poco a poco, el grupo se va estirando hasta formar una interminable fila en la que cada uno procura llevar su propio ritmo. *Foto: Pierre-Emmanuel Rastoin*

DUREZA EN SOLEDAD Un tramo de la dificilísima ascensión al jebel El Oftal.

INTEGRADOS Eduardo Fernández-Agüera y Manuel Megías, con unos camelleros.

EL CÍRCULO Vista aérea del Vivac, donde se aprecia el círculo de jaimas que forma el campamento de los corredores, separado del de la organización.

POR FIN LLEGAMOS Llegada al oasis del CP1, en la tercera etapa, en la garganta de El Maharch.

Ayuntamiento de mi pueblo, Coria del Río, así como de empresas que demostraron gran entusiasmo por el reto: KTP Peluquerías, Formulaciones, Running Way, Zen-Taurus Motorcycles y Xfreestyle. Resultará tópico, pero, gracias a ellos, el 25 de marzo estaba en el desierto del Sahara, en la línea de salida, esperando que comenzara la cuenta atrás.

Primera etapa: 29 km. Nada más salir comprobé la dureza del terreno, ondulante, seco y pedregoso. En el primer check Point (CP), situado a 10 km, tuve que pedir a los médicos que me curasen la primera ampolla. Lo mismo ocurrió en el CP2, adonde llegué con los pies fritos por el calor, gracias a la combinación de las zapatillas de Gore-Tex (que evitan la entrada de arena... ¡pero reduce la transpiración!) y las polainas. A partir de entonces y durante toda la carrera, procuré ponerme las polainas sólo cuando no tenía más remedio, en las grandes dunas donde el pie se hunde por completo. Tardé seis horas en completar la etapa y llegué al vivac agotado, buscando desesperadamente la jaima número 5 (que compartía con otros seis compañeros) para poder por fin descansar.

Inocente de mí, pues a la mañana siguiente me desperté aterido de frío, acordándome del saco de pluma que descambié (por el que llevaba, más ligero) y con las caderas destrozadas por las piedras del suelo; errores de cálculo en los preparativos, pero ya sólo quedaba resistir. Hoy, 35 km. Los 20 primeros, interminables, por estrechos senderos pedregosos que subían y bajaban hasta alcanzar la cresta del Jebel Hered Asier. Las sobrecogedoras vistas aliviaban el dolor de los pies, que no tardó en intensificarse con el descenso. La jornada terminó con la dificilísima subida al Jebel El Octal, primero por la gigantesca duna que ascendía por la pronunciada ladera y después marineando entre las piedras. Llegué al vivac 8 horas después de la salida con la espalda y los hombros deshechos. Como cada día, pensé: "una menos".

Tercera etapa: 32 km más llevaderos que los de la jornada anterior, a través de lagos secos, algo de piedra y, sobre todo, mucha arena. Personalmente me la tomé como una jornada de transición antes de la cuarta y decisiva etapa: 72 km a completar en 34 horas. Dada la desmesurada distancia, me puse metas cortas: llegar lo antes posible a cada CP. Así lo hice con el CP1, el CP2... hasta que llegó un momento en que los pies no me permitían más que caminar a trompicones. Entonces me alcanzó Ian, un chico londinense que resultó ser de madre española. "Ten, quédate estos comprimidos de ibuprofeno. Mira, parecen caramelos", bromeó. "Tómate dos y verás cómo te levanta el ánimo". Efectivamente, 15 minutos después el dolor se disipó y marchaba de nuevo alegremente entre la vegetación del Oued Rheris. Unas horas más tarde y en plena noche, corriendo y caminando sin parar desde las nueve de la mañana, el efecto del calmante se esfumó y comencé a sentir de nuevo el dolor insoportable en las plantas y dedos de los pies, ya completamente inflamados. Fue el peor momento de toda la carrera. Solo y exhausto, en la oscuridad de la fría noche, avanzaba andando como quien está a punto de caerse. Tras alcanzar el CP6, el último control, tomé otros dos "caramelos", que de nuevo me reanimaron hasta que, 14 horas después de la salida, entré en meta. Esa noche la pasé entera gimiendo. Poco a poco fueron llegando el resto de compañeros.

UN TRÍO DE LUJO Y 24 HÉROES ESPAÑOLES

1	Lahcen Ahansal	17:25.06	265	Alberto Almansa Martin	36:30.47
2	Mohamad Ahansal	17:36.51	295	Moisés Pons Fornell	37:35.36
3	Aziz El Akad	17:59.26	324	Salvador Ribot Pons	39:16.48
4	Jorge Aubeso Martínez	18:30.45	364	Fidel Martí Sallo	40:49.14
24	Antonio Calzadilla Torres	24:15.21	384	Eduardo Fernández-Agüera Vidal	41:36.07
58	José Antonio Oliveira Rodríguez	26:54.23	416	Jesús Basilio Bravo Benítez	43:06.17
98	Juan Antonio Giménez Muñoz	29:06.14	445	Juan Carlos Alcaraz Carballo	44:36.45
108	José Bravo González	29:35.25	523	Alberto Pousada Duarte	47:48.43
115	Salvador González Giménez	30:07.36	530	Nil Bohigas Martorell	48:17.30
130	Javier Gascó Sotos	31:01.22	561	Ana Guede Blanco	49:58.33
197	José María García Calvo	33:55.30	581	Guillermo Llano Vidal	51:31.09
216	José Manuel Hernández Doniz	34:31.55	597	Jesús Antonio Díaz Barreiros	52:53.40
231	Juan Antonio Pirez Luis	35:10.59	653	Manuel Megías Casas	57:11.26
255	Antonio Javier González Pérez	36:03.51	NOTA: 727 corredores consiguieron llegar a la meta		

Y por la mañana aún seguían entrando corredores y marchadores que ya llevaban más de un día en ruta. Los que arribamos por la noche teníamos una jornada entera de descanso. En el vivac, el panorama tenía su punto cómico, con todo el mundo cojeando de aquí para allá. Me preguntaba: ¿Cómo es posible que ahora estemos todos molidos, con los pies maltrechos, y mañana seamos capaces de empezar de nuevo? Entonces comprendí que tenemos una energía que ni nosotros mismos conocemos, capaz de sobreponernos al dolor y el cansancio. Es la motivación que cada día, tras las curas, hace que te calces las zapatillas y empieces otra vez. Por eso, en este tipo de pruebas, el "coco" es tan importante o más que el físico.

No obstante, el cuerpo humano tiene un límite. Durante las dos últimas de etapas, que consistieron en un maratón y una breve de 12 km, reconozco que aguantaba a base de "caramelos". Primero resistía el dolor hasta donde podía y entonces tomaba el calmante. A partir de ese momento, a correr para avanzar todo lo posible antes de que pasara el efecto. Como puede suponerse, la satisfacción que sientes el último día al entrar en meta es inmensa, proporcional al desmesurado esfuerzo que has realizado. Te sientes Superman.

Pero, como decía al principio y al margen de lo deportivo y de las penalidades que se pasan, esta carrera es, sobre todo, una aventura extraordinaria, una experiencia extremadamente intensa, totalmente fuera de los tópicos. Y un viaje interior en busca de uno mismo, de ese que "decía que no".

Puedes consultar las clasificaciones completas en www.darbaroud.com/

Eduardo Fernández-Agüera Vidal
Guadiaro, 22
41100 Coria del Río
954774654 - 615346760
efernandez@agenciausm.com

Esta aventura no hubiera sido posible sin la ayuda de mis patrocinadores

Formulaciones

Andalucía

Running Way

Zen-Taurus motorcycles

Patronato Municipal de Educación Física y Deportes
AYUNTAMIENTO
CORIA del RIO

XFreestyle

PUA