



## MIQUEL CAPÓ PIERDE EL LIDERATO EN LA EVEREST TRAIL RACE

**Kharikhola (12-11-2016).** El corredor nepalés Pasang Lama Sherpa (ADEAVENTURA/ANNAPURNA TREKS) hoy ha salido con la intención de escaparse en solitario durante la tercera etapa de la Everest Trail Race by The Elements Pure Coconut Water y lo ha conseguido. Ha sido el primero en llegar a los diferentes puntos de control y ha cruzado la meta en el monasterio budista de Karikhola después de 37km y un desnivel acumulado de 6.631m. Hoy el recorrido les ha llevado hasta los casi 4.000m y en el km 15, si los corredores levantaban la vista, tenían delante suyo el Everest, Lhotse y Ama Dablam. Durante las 4 horas y 13 minutos de competición Pasang Lama Sherpa (ADEAVENTURA/ANNAPURNA TREKS) ha conseguido una cómoda distancia con sus principales rivales. El escocés Casey Morgan y el mallorquín Miquel Capó ambos del COMPRESSPORT han llegado a meta a más de 30 minutos. Pasang Lama Sherpa (ADEAVENTURA/ANNAPURNA TREKS) recupera el liderato que tenía Miquel Capó que ahora es segundo en la general a 19 minutos. En la categoría femenina también cambio de líderes. La eslovaca Andreja Sterle (RIHTAR SVAROG) ha sido la más rápida y por tan sólo 14 segundos defenderá mañana el liderato con la británica Jennifer Hill (3 LITTLE BIRDS) al acecho. Los corredores han destacado que la etapa de hoy ha sido tanto o más dura que la de ayer. La etapa hoy ha tenido 4.110m de desnivel negativo que han tenido que encadenar los participantes en los distintos tramos de bajada. Uno de ellos con casi 10km del tirón. El cansancio ya empieza a pasar factura después de 3 días a los atletas. La noche ha sido fría a casi cuatro mil metros de

altitud donde las temperaturas han bajado hasta los 10-12 grados bajo cero. En el campamento los corredores y la organización tienen todo lo necesario para comer, asearse y dormir. Una ducha ya es más difícil. Hasta que no lleguen a Katmandú el próximo miércoles no podrán disfrutar de un buen baño reparador. Las condiciones fuera de la competición también forman parte de la aventura. La ventaja es que todos están en igualdad de condiciones.

El terremoto del año pasado y las lluvias monzónicas han dejado algunas zonas un poco más técnicas con piedras en el camino, barro y hielo que dan un plus de dificultad a la edición de este año por el desnivel que los corredores tienen que superar a diario. Aquí todo sube y baja con distancias relativamente cortas pero intensas. En relación al terremoto del 2015, una parte del presupuesto de la carrera va destinada a equipar todas las escuelas por las que transcurre el recorrido. Las inscripciones ya están abiertas para la edición 2017 en la web:

[www.everesttrailrace.com](http://www.everesttrailrace.com). Mañana cuarta etapa de la Everest Trail Race by The Elements Pure Coconut Water entre Kharikhola y Phakding con una distancia de 27,5 km y 4.500m de desnivel acumulado.

### Contacto de prensa *Everest Trail Race By The Elements Pure Coconut Water*:

Robert Marcé

+34 659 063 031

[press@everesttrailrace.com](mailto:press@everesttrailrace.com)

[www.everesttrailrace.com](http://www.everesttrailrace.com)

